
Orientació humanista integrativa. Casos

PID_00247978

Nerea Larumbe Navarro
Zenaida Aguilar Vijande
María Beúnza Valero
Cristina Fumàs Verdeny

Temps mínim de dedicació recomanat: 3 hores



Índex

Introducció	5
1. Cas 1. <i>Bullying</i> (assetjament escolar)	7
1.1. Identificació del pacient	8
1.2. Familiograma	8
1.3. Motiu de consulta	8
1.4. Història del desenvolupament	8
1.5. Exploració	10
1.5.1. Sessions d'avaluació amb l'Alan	10
1.5.2. Sessions d'avaluació amb els pares	12
1.5.3. Primera reunió amb la mestra	12
1.6. Impressió diagnòstica	13
1.7. Objectius i metes	13
1.7.1. Objectius amb el nen	13
1.7.2. Objectius amb els pares	14
1.7.3. Objectius al col·legi	14
1.8. Intervenció	14
1.8.1. Bloc 1: Estabilització i recursos per a la regulació emocional	14
1.8.2. Bloc 2: Apoderament i autoestima	17
1.8.3. Bloc 3: Redefinició i integració	20
1.9. Treball amb els pares	20
1.10. Treball a l'escola	20
1.11. Seguiment	21
2. Cas 2. <i>Transsexualitat infantil</i>	22
2.1. Identificació del pacient	22
2.2. Familiograma	23
2.3. Motiu de consulta	23
2.4. Història del desenvolupament	23
2.5. Exploració	24
2.5.1. Sessions d'avaluació amb en Julio	25
2.5.2. Sessions d'avaluació amb els pares	26
2.5.3. Sessions d'avaluació amb la mestra	26
2.6. Impressió diagnòstica	27
2.7. Objectius i metes	27
2.7.1. Objectius amb el nen	27
2.7.2. Objectius amb els pares	28
2.8. Intervenció	28
2.8.1. Bloc 1: Estabilització i recursos per a la regulació emocional	28

2.8.2. Bloc 2: Apoderament i autoestima	29
2.8.3. Bloc 3: Redefinició i integració	29
2.9. Treball amb els pares	30
2.10. Tancament	31
Bibliografia	33
Annex	34

Introducció

El procés terapèutic que veureu a continuació en els dos casos que expliquem segueix un model d'intervenció per fases inspirat en la formació de traumate-ràpia infantil sistèmica de Jorge Barudy i Marjorie Dantagnan, i en el model de treball de la teràpia sensoriomotriu creat per Pat Ogden, tots dos sòlidament fonamentats en la neurobiologia interpersonal, la neurociència i les recerques sobre trauma i aferrament (Barudy i Dantagnan, 2009). Hem d'aclarir que no es tracta de fases rígides, sinó flexibles, en les quals podem avançar o retrocedir sobre la base de les necessitats del nen.

Els objectius del material són: 1) observar l'aplicació de la teoria sobre la intervenció psicoterapèutica amb nens 2) conèixer a partir de casos pràctics les fases del procés de la teràpia amb els seus objectius 3) prendre consciència de la importància de fer un treball amb el context del nen 4) observar l'ús personalitzat de tècniques en un cas real tenint en compte les característiques del nen, les dificultats que presenta i el moment de la teràpia 5) aprendre l'ús d'algunes tècniques concretes per a la intervenció amb nens i amb les seves figures significatives.

Bibliografia recomanada

Barudy, J. i Dantagnan, M. (2009). *Los buenos tratos a la infancia: parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa.

1. Cas 1. *Bullying* (assetjament escolar)

«És propi dels homes de caps mitjans envestir tot allò que no els cap al cap.»

El *bullying* és un problema que avui dia, lamentablement, va en augment. Els professors, les famílies i els nens mateixos són cada vegada més conscients d'aquest problema i lluiten per posar-hi fi, per detectar-lo i per intervenir-hi i, així, eliminar aquests processos tan destructius. És fonamental que els nens, com a dret, puguin assistir al seu centre escolar segurs, sense por i amb llibertat. Actualment, els estudis demostren que **un de cada deu nens ha patit assetjament escolar al nostre país** (Calmaestra, Escorial, García, Moral i Ubrich, 2016). Aquestes dades fan encendre les alarmes i posen de manifest la necessitat d'actuar. A més, l'assetjament es dona en les edats més vulnerables, en els moments vitals de la construcció de la nostra autoestima, autoconfiança i identitat. És l'edat en què l'opinió dels altres és de vital importància, ja que creem la nostra pròpia imatge a partir de les reaccions dels altres.

En aquest cas parlarem de l'Alan, un nen de 9 anys que acudeix a nosaltres amb un problema d'assetjament important per part d'un dels seus companys. L'Alan és un nen alegre, creatiu i amb una gran imaginació, però li resulta cada vegada més complicat anar a escola. Cada dia rep insults i comentaris despectius per les seves dificultats (té dislèxia). Es bloqueja i no aconsegueix defensar-se.

En aquest cas es va abordar la situació des d'un enfocament humanista integratiu, afegint tècniques cognitivoconductuals, de joc narratiu i fent en paral·lel un treball amb pares i escola, ja que, en aquests casos, la implicació de l'escola i de la família és clau.

Realitzem sessions setmanals durant un període d'un curs acadèmic amb l'Alan respectant les tres fases (Barudy i Dantagnan, 2009):

- 1) Estabilització i recursos de regulació emocional: es van treballar recursos de reconeixement, expressió i regulació emocional.
- 2) Apoderament i autoestima: es van treballar aspectes d'autoestima i conductes alternatives.
- 3) Redefinició i integració: vam abordar aspectes de recursos personals, habilitats socials i relació interpersonal.

Paral·lelament, amb els pares, es van reforçar recursos personals i es van fer canvis en les dinàmiques familiars per instaurar-ne d'altres que potenciessin la seguretat i l'autonomia de l'Alan.

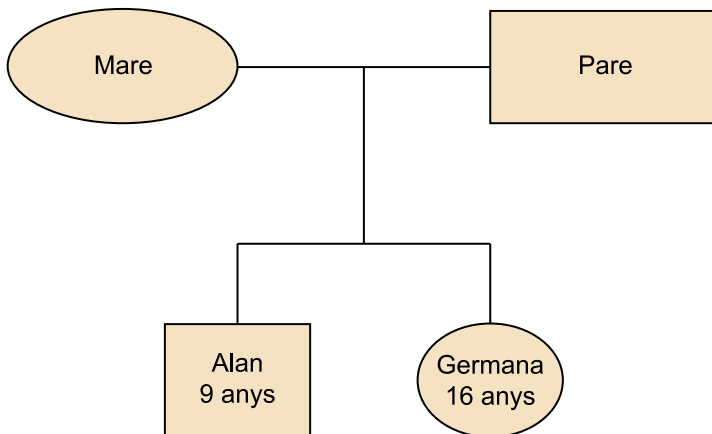
Al seu torn, es va fer un treball amb l'escola per aconseguir detectar aquest i altres casos i organitzar plans de treball de manera grupal. Va ser molt enriquidor, ja que vam poder treballar conjuntament amb el claustre de professors per dur a terme dinàmiques de grup i tallers per a professors i alumnes.

1.1. Identificació del pacient

- Nom: Alan
- Edat: 9 anys
- Sexe: masculí
- Curs: 3r. de Primària

1.2. Familiograma

El familiograma del cas que es tractarà és el següent:



1.3. Motiu de consulta

Els pares de l'Alan acudeixen preocupats per les conductes d'evitació que adopta a l'hora d'anar a escola. Somatitza constantment, li fa mal el cap o la panxa; evita excursions o colònies i cada dia el veuen més apagat. És un nen simpàtic i alegre, que té molta imaginació i no para de crear invents. Fora de l'escola, l'Alan segueix sent el mateix nen simpàtic i divertit, però diumenge a la nit tornen els dolors i els malestars. Els pares estan angoixats perquè el veuen massa bo, i tots se n'aprofiten. En l'últim any hi ha hagut un nen al col·legi, l'Álex, que li ha fet la vida impossible. L'Alan està diagnosticat de dislèxia, i l'Álex utilitza aquest fet per burlar-se d'ell.

1.4. Història del desenvolupament

A continuació es descriu la història del desenvolupament de l'Alan:

- **Naixement.** L'Alan és el segon germà de la família. Va ser un embaràs planejat i els pares afirmen que no va haver-hi cap complicació en l'entorn familiar. La mare no va tenir dificultats en el part.
- **Alimentació.** L'Alan sempre ha menjat molt. Va ser lactant fins als sis mesos, però li van afegir biberó des dels dos mesos. Menja molt, i molt sovint menja de manera ansiosa.
- **Son.** Dorm sense problemes des que era un nadó. De vegades té malsons, però van molt lligats a les disputes escolars.
- **Control d'esfínters.** No té dificultats.
- **Llenguatge.** L'Alan és molt parlador i va començar molt ràpid a parlar. No té problemes logopèdics, però va començar amb suport psicopedagògic a finals de 2n. de Primària a causa de les seves dificultats en la lectoescriptura. Va ser diagnosticat de dèficit d'atenció sense hiperactivitat i de dislèxia a finals d'aquest curs.
- **Desenvolupament motor.** L'Alan és un nen fort, però poc àgil. No li agraden gaire els esports. Prefereix fer els seus jocs, històries i invents. Pel que fa a la motricitat fina, encara li costa la cal·ligrafia i mostra complexos per aquest tema («No sé tallar bé, no se'm donen bé els treballs manuals.»).
- **Socialització.** L'Alan és un nen molt simpàtic i divertit, però de vegades satura (cansa) la gent. És molt bo i sempre espera una bona conducta de l'altre, per la qual cosa no es defensa ni reacciona als atacs o abusos dels altres. Segons explica la família, en general, a casa tots reaccionen de la mateixa manera, però veuen que l'Alan ho passa malament. Amb els amics de sempre, l'Alan se sent estimat i tranquil, però si veu un conflicte s'aïlla i es tanca al seu món d'imaginació.
- **Primers anys d'escolarització.** Els pares expliquen que l'Alan sempre ha estat sociable. A la guarderia no va tenir cap problema. Era un nen molt estimat per professors i nens, i hi anava content. En el cicle infantil tampoc no recorden dificultats socials. Era el nen que venia de vegades amb un cop o sense algun material, perquè algú l'hi havia pres, però sense més importància, segons afirma la família. Era un nen desordenat en les tasques escolars i li va costar la lectoescriptura. A 1r. de Primària va haver-hi algun conflicte esporàdic, però sense més rellevància. Va ser a 2n. de Primària, quan va arribar aquest nen, l'Álex, que van començar els pitjors conflictes. Aquest nen reia cada vegada que feien llegir l'Alan en veu alta. Això va fer que l'Alan tingués pànic a certes classes i rebutgés la lectura d'entrada. La por de l'error, les seves inseguretats, malgrat estar ja presents, van augmentar i van començar les conductes disruptives. Necessitava cridar l'atenció constantment i va agafar el rol de pallasso de la classe. Reia d'ell mateix, ridiculitzant-se, simulava caigudes per fer riure els altres, s'insultava a si mateix i s'humiliava per fer gràcia. Això preocupava molt els pares, però malgrat parlar-ho amb l'escola, va anar en augment, i en aquest moment van decidir acudir a la consulta.
- **Dinàmica i característiques familiars.** L'Alan és el petit de dos germans. La seva germana grans té set anys més que ell, per la qual cosa la relació tampoc no és gaire propera. Els pares veuen que l'Alan és molt bo, per la qual cosa el sobreprotegeixen. No té autonomia per a gaire coses i el

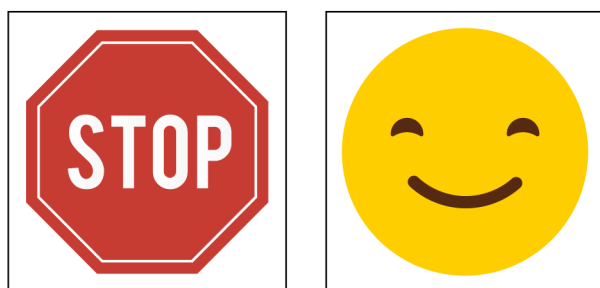
tracten com si fos un nen més petit. Els costa posar-li límits i són poc fermes mantenint-los. No obstant això, l'Alan té molt bona relació amb els seus pares, molta confiança i molta complicitat.

1.5. Exploració

Com hem comentat, es va afrontar el cas des d'un enfocament humanista integratiu, afegint-hi tècniques cognitivoconductuals, de joc narratiu i fent, en paral·lel, un treball amb pares i escola. Es van fer quatre sessions d'avaluació amb l'Alan, dues amb els pares i una reunió inicial amb la professora. Als apartats següents es detallen les sessions d'avaluació.

1.5.1. Sessions d'avaluació amb l'Alan

L'Alan, tal com ens havien explicat els pares, és un nen molt divertit i sociable. Arriba a la primera sessió d'avaluació amb moltes preguntes i amb ganes d'explicar les seves curiositats i invents. A l'hora de voler introduir-nos més en els seus estats interns, mostra una gran resistència i marca un límit clar. Com que li encanta construir coses, fem un **senyal de Stop**, i a l'altre costat posem una **cara somrient**. D'aquesta manera, mentre els fem anem explorant de quines coses no vol parlar i de quines no li fa res parlar, però l'assetjament no és mai el focus de l'atenció. Fem un tracte per aconseguir un vincle segur: sempre que estiguem parlant i no vulgui seguir parlant d'un tema girarà el senyal de Stop i automàticament canviarem de tema. Va ser una gran eina de tot el procés terapèutic, ja que ens va permetre valorar fins a on estava disposat a explicar. Ell mateix deia: «Avui només parlaré fins a aquí», i pintava l'interior d'un cercle. Aquests recursos van ser importants per donar-li percepció de control i oferir-li una base segura.



A partir del joc, el **dibuix** i les **històries** que ell creava vam poder avaluar millor els seus estats emocionals. En els dibuixos de l'HTP observem dibuixos immadurs i plens de defenses. Mostrava molta ansietat i ràbia continguda. Es ridiculitzava a si mateix i verbalitzava una sèrie d'ambivalències de característiques positives i negatives alhora, fet que demostrava una lluita interna important. A la fotografia afegida, veiem el dibuix que va fer sobre si mateix. Es podia observar la seva desregulació davant el fet d'haver de parlar de si mateix, i com la defensa d'autodestrucció guanyava presència representant en el dibuix totes les coses que li deien: capgròs, lleig, retardat... Però en preguntar-li per

coses positives, afegia d'una manera innocent i dolça que li encantava cantar i escoltar música. En una de les mans va dibuixar un arma per defensar-se, i va començar a crear una història de superherois en la qual ell lluitava. Mostrava amb verborrea la seva incapacitat per parar la història totalment imaginada, una gran desregulació.

Dibuixos de l'HTP

Buck, J. (2008). *HTP (test de la casa-àrbol-persona). Técnica proyectiva de dibujo manual y guía de interpretación*. Barcelona: TEA Edicions.

És una tècnica de dibuix projectiu que consisteix a dibuixar una casa, un arbre i una persona. Aquest tipus de test permet al subjecte projectar amb més facilitat les seves àrees de conflicte i elements de la seva personalitat, és a dir, s'estableix un tipus de comunicació eficaç en la qual elements conscients i inconscients surten a la llum en un ambient terapèutic. A partir d'aquests dibuixos es podrà veure com un individu experimenta el seu jo en relació amb els altres i amb l'entorn familiar.

Explorem l'aferrament utilitzant l'*Attachment Story Completion Task*, CCH (Bretherton, Ridgeway, i Cassidy, 1990). El CCH és una prova per valorar l'aferrament. Consta d'unes històries incompletes que el nen ha d'acabar amb el joc projectiu. En aquestes històries s'avaluen elements de seguretat de context, aferrament i mecanismes de defensa associats. Les històries van mostrar molts elements de seguretat, tot i que les inseguretats tornaven a aparèixer amb elements humiliants o desqualificatius cap a ell. Als moments en els quals hi havia més gent, com en la història del parc, els seus pares complien la seguretat de base necessària; el portaven al metge i li oferien atenció. Però al seu voltant, la gent es reia d'ell i l'insultaven: «Pringat!, que et pesa el cul i per això caus...». Però els pares li deien: «No passa res...». Aquests indicadors ens mostren una tendència a la inseguretat del vincle de tipus ansiós-ambivalent. Davant la inseguretat relacional, la seva manera d'aconseguir assegurar-se que l'altra persona es quedarà al seu costat és mitjançant la demanda constant. Aquesta demanda s'ha convertit en un rol de «pallasso» que, humiliant-se i ridiculitzant-se, aconsegueix l'atenció i els riures dels altres i, per tant, la seva atenció.

A les sessions de **joc i caixa de sorra** (Gonzalo, 2013) vam veure repetides aquestes escenes, en les quals l'Alan lluitava amb superpoders o armes inventades i deixava volar la seva imaginació creant fantasies protectores.

En el terreny emocional, vam poder veure que l'Alan era capaç de reconèixer i enumerar bé un ampli registre d'emocions, però a l'hora d'aprofundir-hi, ràpidament agafava el senyal de «stop».

Indicadors

Els indicadors d'aquest cas van ser els següents:

- Sistema defensiu molt activat.
- Baixa tolerància a la frustració.
- Dificultat de reconeixement i expressió emocional de manera connectada.

- Falta de regulació emocional.
- Autoconcepte i autoestima molt danyada.
- Aferrament amb tendència insegura i ansiosa ambivalent en el terreny social.
- Ansietat elevada.
- Necessitat d'afecte excessiva.
- Molta irritabilitat i ràbia continguda.

1.5.2. Sessions d'avaluació amb els pares

Els pares de l'Alan sintonitzaven i connectaven bé amb el seu fill. Verbalitzaven que eren iguals que el seu fill. Tots dos tenien records del col·legi similars, on havien estat el focus de riures per por de defensar-se. Els pares no veien com podien ajudar el seu fill i en responsabilitzaven l'escola. En les dues primeres sessions amb els pares, abordem les seves preocupacions i analitzem les dificultats que tenien per ajudar el seu fill **valorant les competències parentals**. Paral·lelament, administrem un qüestionari d'*screening* per veure en quines àrees l'Alan estava més danyat.

Competències parentals

Barudy, J. i Dantagnan, M. (2010). *Los desafíos invisibles de ser madre o padre. Manual de evaluación de las competencias y la resiliencia parental*. Barcelona: Gedisa.

Aquesta guia és una recopilació de diferents eines que serveixen per avaluar les competències parentals bàsiques i per explorar juntament amb els pares les situacions que se'ls fan més difícils de gestionar.

Screening

Achenbach, T. M. i Edelbrock, C. (1983). *Manual for the Child Behavior Checklist and Revised Child Behavior Profile*. Burlington. VT: Queen City Printers.

És un qüestionari d'*screening* que contesten pares i professors per tenir una primera impressió de les àrees que poden estar alterades en el nen.

Tant la mare com el pare compartien que els enfadava enormement veure com l'Alan no es defensava i els frustrava no saber ajudar-lo. Vam treballar aquests aspectes i vam quedar a anar aprofundint-hi amb sessions periòdiques. A partir de la psicoeducació (formació sobre com funciona el cervell del nen, com es desenvolupen els mecanismes de defensa i eines de gestió emocional) vam plantejar com veïem l'Alan en la seva lluita i vam anar creant la seva identitat, però amb un conjunt d'insults i desqualificacions que atacaven directament la seva autoestima.

1.5.3. Primera reunió amb la mestra

Amb la mestra de l'Alan vam tenir una primera sessió en aquest procés avaluatiu. Es va mostrar oberta i cooperativa. Ella compartia la visió que la família i nosaltres estàvem veient en l'Alan, però també afirmava que l'Alan ja havia

estat etiquetat per alguns professors perquè cridava constantment l'atenció. Li vam plantejar un treball de detecció de la problemàtica, ja que l'Alan no era l'únic assetjat a la classe, per després programar tallers i dinàmiques grupals.

1.6. Impressió diagnòstica

A partir de les exploracions realitzades, vam observar que la base de les dificultats podia estar relacionada amb un component emocional. La falta de regulació emocional i la perseverança de les seves conductes disruptives i les cries d'atenció eren la manera que l'Alan tenia per aconseguir sentir-se acceptat. Això anava totalment en contra de la seva autoestima, per la qual cosa el seu sistema defensiu es tornava cada vegada més reactiu i perpetuava aquestes conductes. Per tot això, vam considerar que les dificultats anaven dirigides a la falta de regulació emocional i a la inseguretat en les relacions interpersonals.

1.7. Objectius i metes

1.7.1. Objectius amb el nen

Als apartats següents s'expliquen els objectius que es pretenen aconseguir amb el nen.

Bloc 1: Estabilització i recursos per a la regulació emocional

Els objectius relacionats amb l'estabilització i els recursos per a la regulació emocional són els següents:

- **Sintonització emocional:** disminució de la simptomatologia reactiva, relaxació de les tensions del context i que el nen deixi de ser el focus del problema.
- **Autobservació i autoconsciència:** identificació d'emocions bàsiques, simbolització de vivències emocionals, identificació de conductes associades a emocions provocades per pensaments, preocupacions o experiències.
- **Autoregulació:** associació de l'emoció a factors contextuals interns o externs, tolerància de la desregulació, disminució de la necessitat de regulació externa, tècniques i estratègies alternatives per a la regulació.
- **Expressió verbal de les experiències internes:** expressió sobre experiències internes, associació de conductes a emocions no gestionades i empatia.

Bloc 2: Apoderament i autoestima

Els objectius relacionats amb l'apoderament i l'autoestima són els següents:

- **Funcions executives:** treball de la impulsivitat, inhibició de conductes reactives, tolerància en el retard de la gratificació immediata, valoracions

d'autocrítica, poder assumir certes conseqüències a les seves conductes, reconèixer el problema / el disparador / les respostes possibles.

- **Desenvolupament d'estratègies alternatives:** detecció de mecanismes de defensa i elecció d'estratègies per combatre'ls, nomenament de situacions detonants, augment de les estratègies alteratives.
- **Modificar creences i distorsions i enfortir la visió de si mateix:** detecció de capacitats i qualitats, introducció de noves maneres de comportar-se, cerca d'espais i rols diferents en la família i l'escola i detecció de fortaleses en si mateix.

Bloc 3: Redefinició i integració

Els objectius relacionats amb la redefinició i la integració són els següents:

- **Reprocessament i integració:** reconstrucció d'una narrativa redefinint i recreant el que s'ha viscut.
- **Tancament:** reconeixement d'indicadors de millora, realització del tancament com una cosa positiva i apropiada al moment de treballar en la teràpia.

1.7.2. Objectius amb els pares

Els objectius que es pretenen aconseguir amb els pares són:

- Avaluació de competències parentals.
- Sintonització, autoobservació, autoconsciència i autoregulació dels pares.
- Treball de pors i preocupacions.
- Apoderament.

1.7.3. Objectius al col·legi

- Sensibilització sobre l'assetjament escolar.
- Psicoeducació a professors.
- Protocol de detecció, intervenció i prevenció en l'assetjament escolar en context educatiu.
- Tallers i dinàmiques grupals.

1.8. Intervenció

1.8.1. Bloc 1: Estabilització i recursos per a la regulació emocional

L'inici de les sessions de l'Alan es va basar a crear un context de seguretat en el qual poder baixar les defenses. Vam treballar a partir del joc i de la caixa de sorra, ja que eren els recursos que més li permetien relaxar-se.

Com que verbalitzava molts dubtes sobre la confiança i li preocupava que s'expliqués el que ell digués, vam dedicar un temps a conèixer-nos mitjançant el joc. Per reforçar la confiança, vam treballar principalment amb les dues tècniques que s'expliquen a continuació: la constel·lació afectiva i la mà de confiança.

La constel·lació afectiva i la mà de la confiança. La constel·lació afectiva la vam utilitzar en aquest cas amb l'objectiu que l'Alan pogués explicar i valorar totes les persones que l'havien protegit, estimat i tractat bé. Vam agafar una cartolina gran i ell va anar apuntant els noms d'aquestes persones mentre explicava a la terapeuta com se l'estimaven. És una tècnica que permet posar en consciència els bons tractes i les figures que responen com a tutors de resiliència. Això va anar permetent que ell es relaxés i s'anés sentint més còmode. Per reforçar aquest aspecte de seguretat utilitzem la **mà de la confiança**. Consisteix a explorar més a fons el que significa la confiança, perquè així, retallant la mà del nen en paper o goma EVA, el nen pugui reconèixer qui són les persones de la seva màxima confiança. A la persona que més confiança se li té, la representem amb un anell. Aquest treball va potenciar la seguretat de base de l'Alan i li va permetre avançar en el procés.

Mapa emocional de l'Alan



Una vegada aconseguida la sintonització amb l'Alan i la relaxació de context, vam poder començar el treball d'autobservació i l'autoconsciència. Utilitzem una varietat de jocs per al reconeixement i l'expressió emocional. Qualsevol joc amb colors és vàlid. N'hi ha prou a associar un color a una emoció i utilitzar el joc com a facilitador per parlar de les emocions pròpies o les dels altres, la qual cosa ocorre quan sentim aquesta emoció, i així fins a on vulguem complicar-ho.

Després d'haver baixat les defenses, vam poder veure una millora en la connexió emocional que va permetre poder treballar des d'experiències reals, no teòriques. A partir del **mapa emocional** vam poder observar la dificultat de regulació que hi havia, ja que les emocions estaven totes barrejades. Treballem les emocions per separat, analitzant les diferències entre les situacions amb jocs emocionals diversos. Segons explicava, l'emoció que més li «molestava» era la ràbia, ja que li feia fer coses que no volia. A partir de diferents entrevistes vam descobrir moltes coses sobre aquesta ràbia: quan apareixia, què la promovia, què calia arreglar després, etc.

Gràcies a diferents **jocs d'emocions** (qualsevol joc amb colors on es pugui associar una emoció al color, per exemple: Mikado, la torre de peces de fusta, els nans saltarins) aprofundim en la idea que podem sentir moltes emocions juntes i detectar-les és una tasca de connexió diària. Per poder seguir reforçant el fet de parlar de les emocions des de casa, **fem treballs manuals** (com caixes on escriure situacions de cada emoció) amb l'objectiu de generalitzar el que s'ha après i tenir un espai on anotar els fets.

Per treballar la regulació utilitzem el **termòmetre emocional** (Barudy, 2011). En aquest termòmetre hi ha cinc nivells d'energia que ens permeten veure en quin punt emocional estem segons l'energia:

- 1) Energia molt baixa (exemple: quan estem malalts).
- 2) Energia baixa (exemple: quan no ens volem llevar al matí).
- 3) Bona energia (exemple: quan juguem o estem concentrats).
- 4) Energia alta (exemple: quan comencem a posar-nos nerviosos/enfadats).
- 5) Explosió (exemple: quan explotem perquè tenim l'energia massa alta).

Gràcies a aquesta escala de nivells, el nen té més sensació de control del que li passa i li dona un valor extern, el cinc, a la situació de desregulació descontrolada. El treball amb la família i amb l'Alan en el termòmetre va ser molt útil, ja que els va fer ser conscients dels seus moments d'explosió (situació de desregulació), però també dels moments previs (quan començava a posar-se més nerviós).

Els incidents de desregulació van disminuir, tot i que al col·legi seguia tenint algunes conductes disruptives, ja que el conflicte no remetia. Ens vam reunir en diverses ocasions amb l'escola per donar eines a la tutora. Es van realitzar dues sessions de psicoeducació sobre la regulació i la problemàtica del *bullying* als professors i plantegem un pla de treball amb el grup de classe.

Bibliografia recomanada

Barudy, J. (2011). Mi mapa emocional. A J. Barudy (2011). La fiesta mágica y realista de la resiliencia infantil. Manual y técnicas terapéuticas para promover la resiliencia de los niños, niñas y adolescentes. Barcelona: Gedisa.

Aquesta tècnica es basa a acolorir les emocions en el cos del nen, que fa d'enllaç entre les emocions i les experiències internes que el nen experimenta.

1.8.2. Bloc 2: Apoderament i autoestima

En aquest segon bloc vam iniciar el treball més específic de funcions executives i la cerca alternativa de respostes. Primer vam buscar maneres d'ajudar l'Alan a poder entendre la seqüència dels fets que passaven. La narrativa d'un esdeveniment era confusa per a ell, totes les idees estaven barrejades. Per això vam utilitzar amb ell la tècnica «**Posar la rentadora i després estendre-la ordenadament**». Consisteix a utilitzar la metàfora de la rentadora per parlar sobre que, de vegades, els nostres pensaments estan tots barrejats com la roba a la galleda de la roba bruta. En rentar-la, podem anar agafant una a una les peces de roba i, ordenadament, estendre-les. D'aquesta manera, podem fer una pluja d'idees desordenades de pensaments, fets, emocions... i després, una vegada rentada, l'estenem i donem un sentit a tot això. Això és bàsic per poder analitzar situacions detonants, ja que si no ho integrem de manera ordenada, no sabem si l'emoció va venir abans o després.

«Posar la rentadora i després estendre-la ordenadament»

Tècnica pròpia que serveix per treballar funcions executives de planificació, organització i narrativa d'una història.

Jugant a detectius emocionals

Després d'una pluja d'idees dins una rentadora... estenem la llista donant-li sentit i trobant la seqüència dels fets.



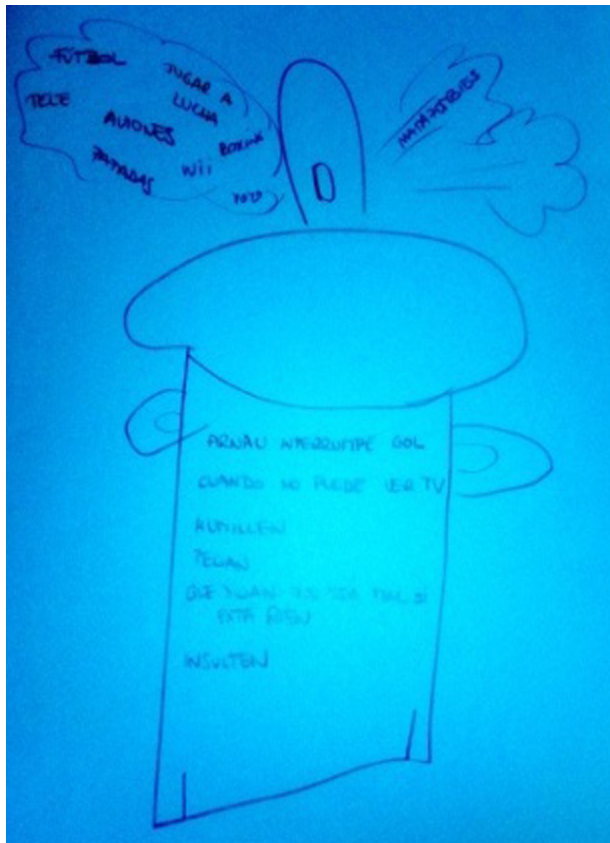
El treball de **psicoeducació de la resposta al perill** va ajudar a fer que l'Alan entengués que quan es comportava així era una manera de defensar-se.¹

⁽¹⁾Barudy, J. i Dantagnan, M. (no publicada). *Psicoeducación de la respuesta al peligro*. Vegeu l'annex.

Vam anar detectant detonants utilitzant la tècnica de l'**olla de pressió** (Barudy, 2011), una tècnica molt útil per entendre com les diferents situacions ens van fent sentir pitjor i pitjor fins que no podem més i explotem. Al seu torn, aquesta tècnica reflecteix la importància de tenir vàlvules d'escapament i recursos per regular-se. L'Alan no trobava recursos a l'escola, només se li acudien recursos a casa o en el seu entorn de finalització de la setmana. Per això, vam jugar amb ell i amb la professora a detectius per poder anar descobrint recursos a l'escola. La professora li permetia flexibilitat per anar a beure aigua

si ho necessitava o a fer un encàrrec per a ella si eren a la classe com a recurs de sortida. Vam aconseguir un llistat de més recursos i vàlvules gràcies a la complicitat entre la professora i l'Alan.

Olla de pressió de l'Alan



Com és habitual, la **tècnica dels vestits** va donar un gran resultat.² Aquesta tècnica consta d'unes cartes amb uns personatges disfressats que representen els mecanismes de defensa que els nens poden utilitzar. L'Alan ràpidament es va reconèixer en la disfressa de viking, que representa el vestit d'atac sense reflexionar; el de la guineu, que representa la idea que no es volen mostrar les emocions i que sempre es demostra estar bé. Finalment, va triar el d'astronauta per explicar la necessitat d'anar-se al seu món i desconnectar quan una situació no li és favorable o no la sap gestionar. Ell mateix va voler dibuixar una quarta disfressa, la de pallaso, que és el personatge que ell representava més al col·legi. És un pallaso trist, amb una cara somrient i una trista damunt. A la mà porta una maça amb la qual es dona cops al cap. La línia que té sobre el cap són núvols. Tots aquests detalls ens indiquen amb claredat la tristesa i l'angoixa amb la qual l'Alan viu tot aquest procés. Aquesta tècnica ens va portar a parlar de la disfressa de pallaso, no d'ell, per la qual cosa, a partir de l'externalització, vam mirar d'ajudar-lo a treure's la disfressa.

⁽²⁾Barudy, J. i Dantagnan, M. (no publicada). *Técnica de los trajes. Técnica para el trabajo de los mecanismos de defensa y resistencias.*

La ràbia continguda cada vegada era més evident, així que, un altre cop mitjançant l'externalització, vam parlar d'en *Tonteritis*, un petit monstre que «li feia la guitza» i li posava la disfressa de pallaso. Aquesta **tècnica d'externalització** està basada en la **tècnica dels monstres domèstics** de Barudy i Dantagnan.³

⁽³⁾Barudy, J. i Dantagnan, M. (no publicada). *Técnica de los monstruos domésticos. Técnica para el trabajo de los mecanismos de defensa y resistencias.*

Tonteritis

«Es un monstre petitó que ataca quan estàs nerviós. Fa que la gent no pugui parar de fer o dir bajanades i disbarats perquè els toca amb la seva ploma màgica. Viu al fons dels pupitres, de les motxilles o al terra de les escoles. Sempre està preparat per atacar els nens més nerviosos.

Només se'l pot vèncer traient-li la ploma per evitar que la recarregui. Per això només has de fer veure que et converteixes en gel i estar-te quiet, quiet, quiet...»

Alan, de 10 anys.

Gràcies a l'ús externalitzat de la disfressa i de responsabilitzar-ne en Tonteritis, vam poder esforçar-nos per vèncer-lo. La idea de «fer veure que et converteixes en gel» era un recurs que l'Alan utilitzava a classe quan s'adonava que portava la disfressa. Es quedava quiet, immòbil, i això era millor que fer alguna ridiculesa o humiliar-se.

La falta de recursos seguia sent un problema, ja que, tot i que el tema de l'assetjament per part de l'Álex havia remès, la por seguia estant present. Vam tornar a reforçar la idea de la **psicoeducació de la resposta al perill**.⁴ Vam analitzar la diferència entre atacs reals i atacs percebuts, ja que és important per reduir la reactivitat dels nostres sistemes defensius.

⁽⁴⁾Barudy, J. i Dantagnan, M. (no publicada). *Psicoeducación de la respuesta al peligro.* Vegeu l'annex.

En l'última fase d'aquest bloc vam abordar els aspectes d'autoestima i apoderament. Enllaçant amb tot el que havíem fet anteriorment, vam fer servir el concepte d'**impermeable**. Quan plou, no pots aconseguir que deixi de ploure: la pluja és part de la vida. És per això que no ens quedem a casa, busquem la manera de protegir-nos-en d'una altra manera: amb un paraigua o un impermeable. Amb l'Alan construïm el seu propi impermeable, amb el qual, gràcies a les seves qualitats i els seus recursos, podia fer front a tot el que li plogués damunt.

Es van fer servir altres tècniques per afavorir i enfortir l'autoestima amb superpoders i jocs amb qualitats positives. Per exemple, la tècnica de l'**arbre de l'autoestima**, una tècnica per realçar la idea que, gràcies a qualitats positives, podem tenir grans assoliments dels quals podem estar orgullosos.⁵

⁽⁵⁾Barudy, J. i Dantagnan, M. (no publicada). *El árbol de la autoestima.*

1.8.3. Bloc 3: Redefinició i integració

Al tercer bloc vam fer un **conte de la seva història** que va titular *Escut antiabusadors*. Mitjançant la narrativa vam poder anar redefinint i reconstruint el viscut en aquest conte. Vam especificar-hi els aspectes de millorança, reforçant el «jo abans», el «jo ara», fent caixes de sorra per redefinir la història i apoderant-lo en la narrativa, no com el «pallaso trist», sinó com un nen feliç que sabia defensar-se.

Com fem sempre en les últimes sessions, construïm una **maleta de cartró**, on incloem tots els recursos (eines) que es van ser aconseguir durant el procés terapèutic.⁶ L'Alan es va endur la caixa a casa per poder accedir als recursos si necessitava treballar amb ells. Tot aquest esforç el vam premiar amb un **diploma** que vam fer junts.

⁶Barudy, J. i Dantagnan, M. (no publicada). *Maleta de cartón*. És una eina de tancament per poder fer un resum dels recursos treballats i poder tenir un objecte evocador per a recordar-los. Es pot fer una maleta, una polsera o qual-sevol objecte que el nen vulgui.

1.9. Treball amb els pares

Com hem comentat anteriorment, amb els pares vam fer dues sessions en les quals **vam avaluar competències parentals** (Barudy i Dantagnan, 2014). Eren pares competents, però en la sintonització amb l'Alan sobreempatitzaven, per la qual cosa les seves respostes eren massa permissives i de vegades regressives. Per aquesta raó, vam dur a terme una tasca més propera a la **psicoeducació** i a l'**acompanyament**. No tenien dificultats per connectar ni sintonitzar amb l'Alan, sinó que veien que de vegades no es defensava i no sabien com ajudar-lo. Per això vam anar demanant que fessin un treball de coterapeutes, de tal manera que augmentés la seguretat de l'Alan i, a partir del modelatge, els pares modifiquessin dinàmiques sobreprotectores cap a ell.

Es van fer sessions d'acompanyament per a ells en les quals podien expressar les pors i les preocupacions que els sorgien. Al seu torn, servien com a espais per a l'alleujament i l'apoderament dels seus propis recursos.

1.10. Treball a l'escola

En el col·legi va haver-hi una primera fase de sensibilització sobre l'assetjament escolar i la psicoeducació en professors. Es va preparar un taller per poder formar-los en aquests aspectes i que poguessin, després, intervenir en els grups de classe.

En una segona fase, l'equip psicopedagògic de l'escola va redactar un pla d'actuació per a casos de *bullying* en la redacció dels quals col·laborem.

1.11. Seguiment

Una vegada acabades les sessions es van fer dues sessions de seguiment, on es van reforçar els recursos de la maleta i vam revisar si en necessitàvem algun més. Posteriorment, s'han fet visites trimestrals de seguiment.

2. Cas 2. Transsexualitat infantil

«Deixa'm ser qui sóc. Hi ha nenes amb penis i nens amb vulva. Així de senzill.»

En aquesta ocasió parlarem d'en Julio, un jovenet de 8 anys. És un nen alegre i rialler que viu en una família tradicional d'un barri treballador. Ell va a l'escola content i juga amb els seus companys. Però en Julio vol ser una nena. Vol jugar a nines i portar vestit. Mentre que al col·legi juga sempre a ser el pare, o les seves amigues li posen un personatge masculí, ell vol ser la princesa, vol portar el vestit de Frozen i vol que li diguin Julia.

La **transsexualitat** és una condició humana que defineix a persones transgènere i transsexuals, és a dir, persones que neixen amb un sexe contrari a la seva identitat de gènere. Poden o no estar conformes amb el seu cos i els caràcters sexuals secundaris. Al llarg dels segles els humans hem adjudicat un sexe segons els òrgans genitals del bebè en el seu naixement. Actualment, gràcies als estudis realitzats sobre persones intersexuals, se sap que la transsexualitat és un fenomen biològic i que el sexe, a més d'en les gònades, els genitals i els cromosomes, també és al cervell (Cobria, 2015).

En plantejar-nos aquest tema com a adults, ja se'ns desperten dubtes i prejudicis. El propi desconeixement sobre el tema, i la seva polèmica, fan que hagi estat silenciada durant molt de temps. Moltes persones transsexuals coincideixen a tenir records des de la primera infància sobre la seva sensació de no pertànyer al sexe assignat en néixer, però també afirmen que mai no es van atrevir a verbalitzar el que sentien. Com podem ajudar els menors transsexuals? Com podem sensibilitzar el context escolar perquè els sigui més fàcil? Des de la vestimenta, al lavabo que han d'utilitzar, passant pel nom amb el qual se senten identificats... Tots aquests són aspectes que creen polèmica en les famílies i a les escoles. Us convidem a reflexionar-hi a partir del cas d'en Julio.

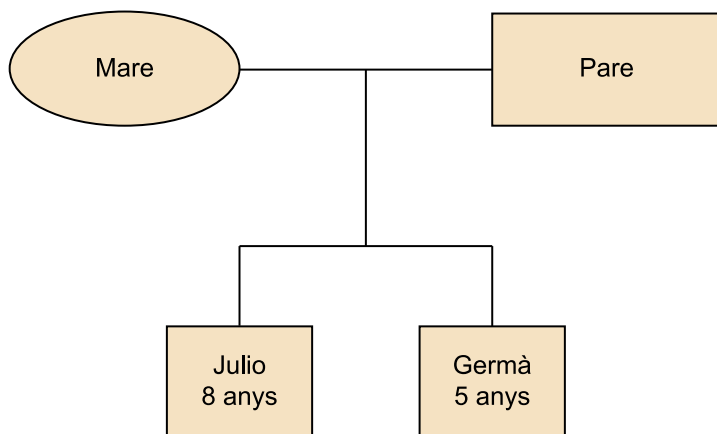
2.1. Identificació del pacient

Les dades del pacient d'aquest cas són:

- Nom: Julio
- Edat: 8 anys
- Sexe: masculí
- Curs: 2n. de Primària

2.2. Familiograma

El familiograma del cas consisteix en:



2.3. Motiu de consulta

Els pares d'en Julio acudeixen a nosaltres perquè estan preocupats pel seu fill. Últimament el veuen més enfadat del normal, el veuen molt irritable i es passen el dia discutint. Fa tres anys que en Julio va començar a dir que volia ser una nena. Li encanta vestir-se amb vestits, jugar a princeses, posar-se talons i que li diguin Julia. Juga amb les seves nines i s'ho passa molt bé. Al principi els pares pensaven que era una cosa de nens, però veuen que cada vegada insisteix més a portar vestit al col·legi i s'enfada moltíssim quan els seus pares no li deixen. Aquest tema ha portat conflictes importants entre la parella i els avis, fins al punt que s'han plantejat una separació. Veuen que el conflicte ve d'aquest tema i no saben com abordar-lo. Creuen que aquest tema pot ser el causant de la seva irritabilitat i empipament. Ens hem referit a la transsexualitat com «el tema», perquè així és com els pares, amb gran incomoditat, hi fan referència.

2.4. Història del desenvolupament

La història del desenvolupament d'en Julio consisteix en:

- **Naixement.** En Julio neix per cesària i no presenta dificultats que mereixin ser esmentades.
- **Alimentació.** Lactant fins als 9 mesos, sense dificultats amb l'alimentació.
- **Son.** Sense dificultats per dormir en edats primerenques, però expliquen que ara sol tenir malsons.
- **Control d'esfínters.** Sense dificultats.
- **Llenguatge.** En Julio va començar a parlar molt ràpid. De fet, té un vocabulari i una manera de raonar que fa que sembli més gran.
- **Desenvolupament motor.** En Julio és un nen àgil, tot i que molt poc amic dels esports de córrer. Li agrada ballar i té bon ritme. Molt bona motricitat fina, li encanten els treballs manuals.

- **Socialització.** La mare explica que en Julio no ha tingut mai problemes de socialització. És un nen molt obert i parla amb tothom. Sempre ha tingut un grupet d'amigues, amb les quals segueix relacionant-se.
- **Primers anys d'escolarització.** En Julio sempre ha anat bé, tant a la guarderia com al col·legi. No ha tingut problemes per relacionar-se, encara que sempre s'ha envoltat de nenes. En el terreny de l'aprenentatge progressa adequadament i li agrada aprendre. En néixer el germà va tenir molta gelosia, que encara demostra. Reacciona desmesuradament cap a les coses que fa el germà i verbalitza que vol que tots estiguin pendents d'ell. La mare explica que en Julio sempre ha estat molt madur i molt responsable. Sempre ha estat l'alumne model. Però, al seu torn, té por que no li surtin les coses, a les males notes, que se li digui que no, al rebuig social. Plora per tot i mostra molta vergonya al fet que parlin d'ell. És molt sensible a la pressió social, segons explica la mare. Sempre li han agradat les coses de nenes, expliquen. Li agrada disfressar-se de princesa, jugar amb nines, etc. Fa referències positives sempre en femení i, quan era més petit, als dibuixos només dibuixava les noies de la família i a ell. Fa un temps que el veuen més nerviós i ha començat a tenir tics (moviments repetitius de parpelleig i una ganyota a la cara) que últimament han anat en augment. Emocionalment no el veuen bé, es mostra irritable i ansiós. Desafia constantment els pares, que diuen que sembla que sempre estigui enfadat amb ells.
- **Dinàmica i característiques familiars.** En Julio és el gran de dos germans. Des que va néixer el seu germà petit, s'ha mostrat molt gelós, i li agrada ser el centre d'atenció de tothom. Tot i que de vegades juguen junts, és un conflicte constant, perquè en Julio pensa que el seu germà petit és el preferit dels seus pares. En relació amb la dinàmica familiar, els pares es defineixen com a rígids amb les normes i els límits. Accepten que de vegades exigeixen massa i no saben flexibilitzar. Respecte a la possibilitat de transsexualitat d'en Julio, hi ha un conflicte obert a la família. Tot i que és un tema tabú per a tots, la mare es mostra preocupada perquè veu que el seu fill està patint i que podria ser per aquesta raó. Es mostra més flexible a l'hora que jugui a les coses que li agraden i sembla més connectada a la situació. El pare és un home rígid i tradicional. Ell mateix verbalitza que, encara que s'estimi el seu fill i s'esforci a entendre'l i respectar-lo, quan el veu jugant o disfressat s'enfada i ha arribat a dir-li coses horribles. És conscient que en Julio necessita ajuda, però demana també suport per a ell, ja que veu que aquesta situació se li està anant de les mans.

2.5. Exploració

Es va afrontar el cas des d'un enfocament humanista integratiu, afegint tècniques cognitivoconductuals, de joc narratiu i realitzant en paral·lel un treball amb pares i escola. Es van realitzar tres sessions d'avaluació amb en Julio, dues sessions amb els pares per avaluar les dificultats que ells presenciaven davant les diferents situacions amb en Julio i una reunió amb la professora al final del procés d'avaluació.

2.5.1. Sessions d'avaluació amb en Julio

En Julio es va mostrar molt obert en tot moment. Va explicar moltes de les discussions que tenia amb el seu germà i que li molestava que els seus pares el preferissin a ell. Es va mostrar molt receptiu, però no va arribar a verbalitzar la problemàtica de la transsexualitat. Principalment, va demanar ajuda a l'hora de gestionar l'empipament, ja que, segons deia, s'enfadava molt ràpidament i no sabia per què. A partir del joc i la caixa de sorra, va poder explorar l'espai i va agafar la confiança suficient per explicar allò que l'angoixava de debò.

Als **dibuixos de l'HTP** (Buck, 2008) i a la **caixa de sorra** (Gonzalo, 2013), vam observar aspectes significatius en el seu conflicte en relació amb la seva sexualitat. Es dibuixava com a nena i a la caixa de sorra es representava com una princesa. Tot i que en Julio no verbalitzava el tema de la sexualitat, vam poder observar el seu conflicte intern a partir de les projeccions que va realitzar.

Caixa de sorra d'en Julio. Ell es representa com a Rapunzel, que és al pati del col·legi veient com els altres juguen.



En el terreny emocional, vam poder veure que en Julio era perfectament capaç de reconèixer i enumerar bé un ampli registre d'emocions, explicava que gestionar-les era el que li angoixava. La ràbia el guanyava sempre. En les sessions de joc vam veure repetides aquestes escenes de ràbia i de la culpabilitat posterior que en Julio sentia.

Indicadors

Com a indicadors tenim els següents:

- Baixa tolerància a la frustració.
- Falta de regulació emocional.
- Autoconcepte i autoestima en conflicte.
- Ansietat elevada.

- Molta irritabilitat i ràbia continguda.

2.5.2. Sessions d'avaluació amb els pares

Els pares d'en Julio deien que estaven desbordats per la situació. Explicaven que els preocupaven les constants i intenses discussions que havien tingut últimament, en les quals la dinàmica familiar estava veient-se molt afectada. En les sessions d'avaluació, vam abordar les seves preocupacions i vam analitzar les dificultats que tenien per ajudar el seu fill **valorant-ne les competències parentals** (Barudy i Dantagnan, 2010).

D'una banda, els preocupava veure que en Julio es mostrava tan irritable i enfadat. Amb la seva actitud els desafiava constantment. La mare explicava que fessin el que fessin, sentia que en Julio s'enfadava amb ells. Això feia que la dinàmica familiar fos de crits i baralles.

D'altra banda, ells mateixos explicaven que eren uns pares rígids amb les qüestions de casa. Veien que la seva falta de flexibilitat afectava els nens, ja que anaven una mica estressats per complir les expectatives dels pares. Anar-se al llit, asseure's a la taula, recollir-ho tot després de jugar o no fer soroll mentre juguen... eren alguns exemples. La rigidesa no venia tant per la demanda de l'objectiu com per l'exigència en la seva qualitat. No suportaven dir-ho dues vegades, no els permetien fer soroll, etc. i tenien cinc i vuit anys. Ells mateixos veien que l'exigència era excessiva, però els desregulava (els descontrolava) que no ho complissin. Aferrament i empatia eren presents, però la rigidesa feia que la gestió emocional fos complicada.

Finalment, vam abordar l'aspecte de la transsexualitat. D'una banda, el pare demandava ajuda, ja que veia que, per molt que intentés connectar amb el seu fill, el desbordava la idea que hagués de passar per una operació de canvi de sexe o l'acceptació pública d'aquest aspecte. No volia que el seu fill hagués de viure tot això i ho reconeixia com una desgràcia familiar. En moments de desregulació podia arribar a dir-li «marieta», però després s'enfonsava en una culpa immensa. El propi conflicte intern del pare era un aspecte per treballar. D'altra banda, la mare racionalitzava els aspectes emocionals al màxim i es relacionava, amb en Julio, com si fos un adult. La mare li havia explicat a en Julio les opcions que tenia i les fases de l'operació. **Tots dos volien ajudar el seu fill, però cadascun havia buscat les estratègies que havia pogut per fer-ho, encara que no anessin de manera sintonitzada amb ell.**

2.5.3. Sessions d'avaluació amb la mestra

La mestra es va mostrar molt receptiva i molt implicada amb en Julio. Explicava que en Julio era un nen obert al col·legi, però que la preocupava perquè era molt sofridor. Necessitava fer-ho tot bé, ser el millor en tot i estava molt pendent del que es deia d'ell. En relació amb els companys, ens va explicar que era un nen acceptat i estimat, per la qual cosa no li preocupava la situació.

Va comentar que a l'inici del curs hi havia hagut algun comentari negatiu cap a ell, però que s'havia tallat d'arrel i que no havia tornat a haver-hi cap problema. Igualment, vam convidar la mestra a llegir el nou protocol de la Generalitat de Catalunya, el Protocol de prevenció, detecció i intervenció enfront l'assetjament escolar a persones LGBTI (Departament d'Ensenyament, 2017) per atendre els alumnes transsexuals.

2.6. Impressió diagnòstica

A partir de les exploracions realitzades, vam observar que les dificultats podien estar relacionades amb un component emocional. Considerem que treballant la regulació emocional, l'autoestima i la inseguretat en les relacions interpersonals podríem donar la base de seguretat necessària per abordar després els aspectes de transgènere amb més recursos d'afrontament.

2.7. Objectius i metes

Es van dur a terme sessions quinzenals amb els pares i en Julio amb l'objectiu de treballar paral·lelament les competències parentals i el treball de regulació del nen.

2.7.1. Objectius amb el nen

Els objectius que es pretenen aconseguir amb el nen són els que apareixen a continuació.

Bloc 1: Estabilització i recursos per a la regulació emocional

L'estabilització i els recursos per a la regulació emocional consisteix en:

- **Autobservació i autoconsciència:** identificació d'emocions bàsiques, simbolització de vivències emocionals, identificació de conductes associades a emocions provocades per pensaments, preocupacions o experiències.
- **Autoregulació:** associació de l'emoció a factors contextuais interns o externs, tolerància de la desregulació, disminució de la necessitat de regulació externa, tècniques i estratègies alternatives per a la regulació.
- **Expressió verbal de les experiències internes:** expressió sobre experiències internes, associació de conductes a emocions no gestionades, empatia.

Bloc 2: Apoderament i autoestima

L'apoderament i l'autoestima consisteixen en:

- **Funcions executives:** treball en la impulsivitat, inhibició de conductes reactives, tolerància en el retard de la gratificació immediata, valoracions d'autocrítica, poder assumir certes conseqüències a les seves conductes, reconèixer el problema / el detonant / les respostes possibles.

- **Desenvolupament d'estratègies alternatives:** detecció de mecanismes de defensa i elecció d'estratègies per combatre'ls, nomenament de situacions detonants, augment de les estratègies alteratives.
- **Modificar creences i distorsions i enfortir la visió de si mateix:** detecció de capacitats i qualitats, introducció de noves maneres de comportar-se, buscar espais i rols diferents en la família i l'escola. Detectar fortaleses en si mateix.

Bloc 3: Redefinició i integració

La redefinició i la integració consisteixen en **reprocessament i integració**: redefinició d'un mateix, acceptació de com sóc. Abordar aspectes transgènere.

2.7.2. Objectius amb els pares

Els objectius que es pretenen aconseguir amb els pares són:

- Avaluació de competències parentals.
- Sintonització, autoobservació, autoconsciència i autoregulació dels pares.

2.8. Intervenció

2.8.1. Bloc 1: Estabilització i recursos per a la regulació emocional

Com és esperable, l'inici terapèutic cerca en les seves primeres sessions la creació d'un context de seguretat en el qual poder baixar les defenses i treballar des de la confiança. Ho abordem mitjançant treballs manuals, el joc i la caixa de sorra, ja que eren els recursos que millor li permetien relaxar-se.

Una de les tècniques que més li van agradar va ser la **mà de la confiança**.⁷ Consisteix a explorar més a fons el que significa la confiança, perquè així realem la relació amb els referents principals de confiança. Es dibuixa la mà del nen en un paper o goma EVA, es retalla i es reflexiona amb el nen sobre què és la confiança, la incondicionalitat i la referència. Se'l convida a pensar qui són les seves persones de màxima confiança i s'escriuen els seus noms en cadascun dels dits. Només pot escriure un nom en cada dit, per la qual cosa com a màxim pot haver-hi cinc noms escrits. És important fer-li saber que no tothom té els cinc dits plens, que sempre tindrem temps d'omplir-los si més endavant ell vol, però que intenti posar només les persones que consideri que realment ho mereixen. A la persona que més confiança se li té, la representem amb un anell. Vam veure que representava la seva mare amb l'anell, per la qual cosa vam voler reforçar aquest vincle de seguretat i confiança.

⁽⁷⁾Barudy, J. i Dantagnan, M. (no publicada). *Mano de la confianza*.

Una vegada van baixar les defenses d'en Julio, a partir de **jocs emocionals** va ser molt més fàcil per a ell parlar dels seus mons interns. Com hem dit, en Julio era un nen amb molt de vocabulari i molt bon reconeixement emocional. A partir dels jocs per al reconeixement i l'expressió emocional va explicar moltes de les discussions i dels conflictes presenciats a casa. Junts vam veure que ell podia explicar clarament el que passava, però no podia gestionar-ho. Per treballar la regulació vam fer servir el **termòmetre emocional** (Barudy, 2011), explicat també en el cas anterior.

Aquest exercici dóna sensació de control davant una situació de desregulació descontrolada. Ho vam treballar amb el nen i amb els pares, ja que a ells també els costava veure en quin nivell es trobaven i passaven ràpidament a l'explosió, el nivell 5 del termòmetre emocional. Vam construir un llistat de recursos per baixar del 5 i, com hem explicat en altres casos, el nen va construir el seu **clauer de recursos**.

2.8.2. Bloc 2: Apoderament i autoestima

En aquest segon bloc vam treballar l'**anàlisi dels detonants estrella** que feien que en Julio s'enfadés. Ho vam fer per mitjà del joc de detectius i de la narrativa dels casos. No va ser complicat detectar-los, ja que el nen era molt ràpid en aquest tipus de treballs emocionals. Fent servir l'externalització i la **tècnica dels monstres domèstics** de Barudy i Dantagnan, i en Julio va crear els seus propis monstres.⁸ Li va encantar la idea, així que en va crear uns quants. De tots, en vam seleccionar dos dels que més molestaven en Julio.

⁽⁸⁾Barudy, J. i Dantagnan, M. (no publicada). *Técnica de los monstruos domésticos*

2.8.3. Bloc 3: Redefinició i integració

Al final del bloc 2 i a l'inici d'aquest, vam treballar l'**autoestima** i les **qualitats**. En Julio sabia detectar les seves capacitats i qualitats, però l'angoixava un tema:

«M'agradaria ser una nena.»

Per abordar aquest tema vam fer servir dos **contes** que són històries sobre nenes que han volgut ser nens.



Yo soy Mia.



Yo soy Jazz.

Bibliografia recomanada

García, N. (2016). *Yo soy Mia*. Barcelona: Bellaterra.

Herthel, J. (2015). *Yo soy Jazz*. Barcelona: Bellaterra.

Tots dos contes són bones eines per treballar la qüestió de la transsexualitat, però en el cas d'en Julio, va preferir treballar a partir de la història de la Jazz. Vam poder veure com en Julio tenia molt clara la seva demanda. Ell volia ser una nena i dir-se Julia quan fos gran. Ara no volia pensar en aquestes coses, només volia poder portar vestits i jugar al que volgués a casa seva. Li preocupaven les operacions que li havien explicat que hauria de fer-se, per la qual cosa vam redefinir aquesta informació perquè ho entengués i estigués tranquil. El que l'angoixava era el joc i que els seus pares s'enfadessin amb ell per aquestes coses (referint-se al fet que li agradés vestir-se com una nena i jugar amb nines).

Vam pactar amb la família fer un seguiment del cas, ja que considerem que en Julio està a l'inici del seu procés personal d'acceptació. Ell no demanava un canvi de sexe en aquest moment, sinó que demanava poder anar descobrint-se i fer la seva pròpia maduració del procés de construcció de la identitat. Per això, vam continuar fent un **seguiment de la família i d'en Julio**, acompanyant-los en tot aquest procés.

Tanmateix, sí que vam fer un **tancament en relació amb la regulació emocional**. Es va fer la maleta de recursos i eines de gestió i d'estabilització emocional, aspecte en el qual en Julio ha millorat significativament.

2.9. Treball amb els pares

En aquest cas es va dedicar molt espai als pares. Es van fer sessions quinzenals amb ells. Vam treballar-hi conjuntament en les quatre primeres sessions i de manera individual fent tres sessions amb el pare i dues amb la mare.

Primer es va treballar per aconseguir la regulació dels pares. Amb l'**olla de pressió** (Barudy, 2011) i altres tècniques reflexives vam poder anar detectant els aspectes que més li costaven a cadascun. Després d'això vam abordar els aspectes de regulació i les vàlvules d'escapament.

Posteriorment es va abordar la temàtica de la rigidesa i les exigències. Amb el **pastís d'activitats** (Barudy i Dantagnan, 2010) va quedar reflectida l'absència d'oci en el temps destinat als nens. La majoria del pastís estava enfocada a ordres, deures i discussions. Vam pactar modificacions en la dinàmica familiar, i també petits exercicis per a cadascun d'ells en relació amb els seus fills. Es van anar complint i la tensió en el context familiar va anar remetent.

En paral·lel, vam **abordar la qüestió de la transsexualitat**. Ells ens van explicar que al principi es pensaven que en Julio els deia que era gai, i s'anchoraven en aquesta idea. Però a mesura que en Julio els deia que no, que ell volia ser una nena, no sabien com reaccionar. Com que les visions de l'un i de l'altre eren molt diferents, vam fer sessions individuals. D'aquesta manera, vam poder escoltar, amb menys filtres, les preocupacions i les pors de cadascun. Amb el pare es van fer tres sessions individuals amb psicoeducació en les quals es va permetre dir tot allò que el feia detonar (arribar a descontrolar-se). Ell va fer una

tasca important de connexió i detecció emocional i va ser capaç d'expressar el que sentia. Gràcies a això vam poder anar **redefinint i regulant les seves emocions**. Amb la mare vam treballar en un sentit similar, ja que, tot i que el seu nivell de desregulació no era tan elevat com el del marit, racionalitzava les emocions en excés, i això la distanciava del seu fill, per la qual cosa hi perdia la sintonia.

En Julio i la seva família passen per un procés de detecció, regulació, comprensió i acceptació. Els pares han fet molt bona feina en aquest procés i estan sent capaços d'acompanyar el seu fill en el seu propi procés; han aconseguit sintonitzar-hi i mostrar-se incondicionals.

2.10. Tancament

Com s'ha esmentat, vam fer un seguiment. Fa poc que en Julio ha començat a parlar de tot plegat, però considerem que anem pel bon camí. En Julio està orgullós de ser qui és, està descobrint-se i s'està permetent explorar-se a si mateix, sabent que els seus pares estaran al seu costat, tant si decideix ser un nen com si vol ser una nena.

Bibliografia

Referències bibliogràfiques

Achenbach, T. M. i Edelbrock, C. (1983). *Manual for the Child Behavior Checklist and Revised Child Behavior Profile*. Burlington (VT): Queen City Printers.

Barudy, J. i Dantagnan, M. (2009). *Los buenos tratos a la infancia: parentalidad, apego y resiliencia*. Barcelona: Gedisa.

Barudy, J. i Dantagnan, M. (2010). *Los desafíos invisibles de ser madre o padre. Manual de evaluación de las competencias y la resiliencia parental*. Barcelona: Gedisa.

Barudy, J. (2011). *La fiesta mágica y realista de la resiliencia infantil. Manual y técnicas terapéuticas para promover la resiliencia de los niños, niñas y adolescentes*. Barcelona: Gedisa.

Bretherton, I., Ridgeway, D., i Cassidy, J. (1990). Assessing Internal Working Models of the Attachment Relationship: An Attachment Story Completion Task for 3 Year-Olds. A M. T. Greenberg, D. Cicchetti, i E. M. Cummings (eds.), *Attachment in the preschool years*, 273-308. Chicago: University of Chicago Press.

Buck, J. (2008). *Técnica proyectiva de dibujo manual y guía de interpretación*. Barcelona: Tea

Calmaestra, J., Escorial, A., García, P., Moral, C. del, Perazzo, C., i Ubrich, T. (2016). *Yo a esto no juego. Bulling y cyberbullying en la infancia*. Espanya: Save the Children.

Cubría, M. (2015). *La infancia transexual. Una realidad silenciada*. Barcelona: Chrysallis. Associació de famílies de menors transsexuals. [Disponible a: <<http://chrysallis.org.es/la-infancia-transexual-una-realidad-silenciada/>>].

Departament d'Ensenyament (2017). *Protocol de prevenció, detecció i intervenció enfront l'assetjament escolar a personis LGBTI*. Barcelona: Generalitat de Catalunya Disponible [Disponible a: <http://xtec.gencat.cat/web/.content/centris/projeducatiu/convivencia/recursos/resconflictes/protocol_lgbti/documents/Protocol-assetjament-personis-LGBTI-unificat.pdf>].

García, N. (2016). *Yo soy Mia*. Barcelona: Bellaterra.

Gonzalo, J. L. (2013). *Construint ponts*. Bilbao: Desclée De Brouwer.

Herthel, J. (2015). *Yo soy Jazz*. Barcelona: Bellaterra.

Annex

Psicoeducació de les tres efes

La **psicoeducació de les tres efes** és una tècnica de J. Barudy i M. Dantagnan creada amb l'objectiu de treballar els mecanismes de defensa i les respostes defensives dels nens. Moltes vegades senten una gran culpabilitat quan tenen comportaments que els altres veuen com dolents (pegar, insultar, mossegar...), però no tenen la capacitat de gestionar les emocions que senten i responen de manera defensiva.

Aquesta tècnica té com a objectiu ajudar els nens a comprendre per què tenen aquestes respostes i poder treballar-les conjuntament (nen, terapeuta i referent).

Les idees principals són:

- **No hi ha emocions errònies.** Tots podem sentir coses diferents davant els mateixos estímuls. Algunes emocions seran més agradables i altres desagradables, però totes són correctes.
- **Quan ens sentim amenaçats, ens defensem.** Les tres maneres de defensar-nos són:
 - Lluita (*fight*): atac, cops, insults, etc.
 - Fugida (*fly*): amagar-se, evitar el conflicte, etc.
 - Bloqueig (*freeze*): no defensar-se, quedar-se immòbil, etc.
- **Aquestes respostes defensives no són únicament pròpies dels humans,** també els animals es defensen així: el lleó pot atacar, el pop tira la tinta i fuig i la sariga es queda immòbil i simula estar morta per evitar que se la mengin. El treball amb vídeos d'animals comportant-se d'aquestes maneres ajuda a normalitzar les respostes i a reduir la culpa.
- **Una vegada detectades les maneres de defensar-nos, podem analitzar els detonants** i anar integrant la narrativa del que ha passat, buscar alternatives de resposta i augmentar l'autoconeixement.